

2022  
KW 33

Josef Posch



Tiroler Gemüsebox OG  
Familie Lebesmühlbacher  
A-6233 Kramsach · Wittberg 24  
Tel: 05337 – 64 563 · Fax: 63601  
E-Mail: tiroler@gemuesekiste.at  
www.tiroler.gemuesekiste.at



### Die Kloane:

1 Romanischer Salat, 4 Tomaten,  
1 Bierrettich, 5 Karotten,  
1 Hokkaido-Kürbis

### Gemüsebox:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat,  
1 Bierrettich, 1 Gurke, 5 Tomaten,  
5 Karotten, 1 Hokkaido-Kürbis

### Familienbox:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat,  
5 Tomaten, 1 Bierrettich,  
1 Stangensellerie, 7 Karotten,  
1 Melanzani, 2 Zuckermais-Kolben,  
1 Bund Schnittlauch

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

### Vorschau Zusatzboxen 2022/2023

KW 35	31.8.-2.9.2022	<b>Kartoffeln</b> mehlig (10 kg) Tiroler <b>Feldzwiebeln</b> (4 kg)	€ 14,40 € 10,80
KW 36	07.-09.09.2022	<b>Kartoffeln</b> rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 37	14.-16.09.2022	<b>Äpfel</b> (8-8,5 kg Gala) & <b>Birnen</b> (1,5-2 kg Williams)	€ 24,40
KW 38	21.-23.09.2022	<b>Äpfel</b> (je 5 kg Gala & Elstar)	€ 24,40
KW 39	28.-30.09.2022	<b>Kartoffeln</b> Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 40	05.-07.10.2022	<b>Äpfel</b> (6 kg Elstar & 4 kg Freiherr v. Hallberg)	€ 24,40
KW 41	12.-14.10.2022	<b>Äpfel</b> (je 5 kg Boskoop & Jonagold)	€ 24,40
KW 42	19.-21.10.2022	<b>Kartoffeln</b> rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 43	26.-28.10.2022	<b>Äpfel</b> (je 5 kg Gala & Topaz) <b>Kartoffeln</b> mehlig (10 kg)	€ 24,40 € 14,40
KW 44	02.-04.11.2022	<b>Kartoffeln</b> Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 45	09.-11.11.2022	<b>Äpfel</b> (10 kg Boskoop)	€ 24,40
KW 46	16.-18.11.2022	<b>Apfelsaft</b> (10 l)	€ 28,40
KW 47	23.-25.11.2022	<b>Äpfel</b> (3 kg Jonagold & 7 kg Topaz)	€ 24,40
KW 48	30.11.-2.12.2022	<b>Kartoffeln</b> Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 04	25.-27.01.2023	<b>Äpfel</b> (6-7 kg Topaz & 3-4 kg Rubinella)	€ 24,40
KW 08	22.-24.02.2023	<b>Kartoffeln</b> Evita (10 kg)	€ 14,40

### Zusatzbox: Zwetschken

3 kg Zwetschken  
Preis: € 13,35 inkl. MwSt.

### KW 34: 24.-26.08.2022

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 23.08.2022, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.

### Werte Genießer der Tiroler Gemüsebox!

Links sehen Sie die geplante Übersicht, für wann welche Zusatzboxen bestellt werden können. In der kommenden Woche erhalten Sie bei Bedarf noch einmal die schmackhaften heimischen Zwetschken, in der Woche darauf stehen uns bereits die "mehligten Kartoffeln" als Zusatz zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen nun einen guten Appetit ... und bleiben Sie gesund!  
Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsebox

## REZEPTE

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Homepage unter [www.tiroler.gemuesekiste.at](http://www.tiroler.gemuesekiste.at)

### Bierrettich mit Tiroler Graukäse, mariniert

Rezept für 2 Personen als Snack oder Vorspeise

200 g Tiroler Graukäse, 150 g Bierrettich, 2 mittelgroße Tomaten, 2 hart gekochte Eier, 2 Scheiben Schwarzbrot, frischer Schnittlauch fein gehackt, Butter zum Rösten • Bierrettich schälen, fein hobeln, auf Tellern anrichten, leicht salzen. Graukäse, Tomaten und Eier in Würfel schneiden, auf dem Rettich verteilen, mit der Marinade beträufeln. Schwarzbrot in Würfel schneiden, in Butter knusprig rösten, zusammen mit dem Schnittlauch darüberstreuen.

Marinade: 4 EL helles Öl, 2 EL Apfelessig, 1 TL süßer Senf, Kümmel und Knoblauch (fein gehackt) nach Belieben, Salz, frisch gemahlener Pfeffer • alle Zutaten verrühren.

### Kürbis-Lasagne

Rezept für 4 Personen

12 Stück Lasagne-Blätter (ohne Vorkochen), 4 EL geriebener Parmesan, Butter für die Form

Kürbis-Fülle: 500 g Kürbis, 450 g Tomaten (ersatzweise aus der Dose), 150 ml Wasser, 120 ml Weißwein trocken, 100 g Zwiebel, 4 Knoblauchzehen, Peperoncino nach Belieben, 2 TL getrocknete, mediterrane Kräuter oder 2 Handvoll frische Kräuter gehackt, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Öl zum Anrösten

Kürbis schälen, entkernen, raspeln. Tomaten häuten (mit kochendem Wasser überbrühen, Tomatenhaut abziehen), würfeln. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in Öl hell anschwitzen, Kürbis zugeben, kräftig mitrösten, mit Tomatenwürfel, Wasser und Weißwein ablöschen, pikant würzen, 15 Minuten schmoren lassen.

Bechamel-Sauce: 500 ml Milch, 60 g Butter, 60 g Mehl, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, weißer Pfeffer, nach Belieben 2 Dotter

Butter zerlassen, Mehl einrühren, Milch in einem Schwung zugießen, dabei gut rühren, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen, bei mäßiger Hitze dickcremig einkochen, etwas abgekühlt die Dotter unterziehen.

Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen, abwechselnd Lasagne-Blätter, Kürbis-Fülle und Bechamel-Sauce einschichten, mit Kürbis-Fülle abschließen, mit Parmesan bestreuen, bei 180°C 50 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.